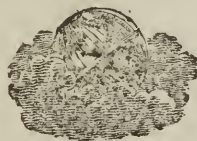
RELATORIO
SOBRE HUMA MEMORIA
DO
Sr. Guilherme Luiz Taubé
ACERCA
DOS EFFEITOS PHYSICOS E MORAES
DOS
Exercicios Gymnasticos,
LIDO
NA SOCIEDADE DE MEDICINA DO RIO DE JANEIRO,
EM 4 DE AGOSTO DE 1832,

pelo Dr. Luiz Vicente De-Simoni,
Membro Titular e Secretario Perpetuo da dita Sociedade, etc.

RIO DE JANEIRO;
TYP. IMP. E CONST. DE SEIGNOT-PLANCHER E C.ª
RUA D'OUVIDOR, N.º 95.
1832.

RELATORIO

SOBRE

Huma Memoria do Sr. Guilherme Luiz Taube acerca dos effeitos Physicos e Moraes dos Exercicios Gymnasticos.

Senhores. — A Memoria que o Sr. Guilherme Luiz Taube apresentou a esta Sociedade, e de cujo exame vos dignastes encarregar-me, não he trabalho de hum escriptor que se proponha illustrar esta parte da sciencia, mas sim de hum individuo, que, tencionando estabelecer neste paiz huma escola, aonde os exercicios gymnasticos sejão practicados debaixo da sua direcção; dirige-se a prevenir o publico em favor do seu estabecimento, e do objecto delle; e que, para accreditar perante o mesmo publico a utilidade physica, e moral delles, assim como a veracidade das asserções com que elle a affiança no seu escripto, recorre a esta Sociedade submittindo ao seu juizo e approvação o mencionado seu trabalho; não para ella julgar da sua perfeição como obra, mas da sua veracidade como peça dirigida a hum publico que pode duvidar dos principios nella expendidos, e da utilidade da instituição que elle se propõe.

Assim o Sr. Taube não tracta este objecto como hum sabio, nem o desenvolve physiologicamente em toda a extensão de que he susceptivel, mas limita-se a indicar summariamente e em geral as vantagens physicas e moraes dos exercicios gymnasticos; declarando que vai estabelecer neste paiz huma escola em que elles serão ensinados, e practicados debaixo da sua direcção, e com os melhores methodos conhecidos.

Elle tenciona, como pessoalmente me asseverou, mandar traduzir em nosso idioma, e outros, este seu trabalho que escreveo em inglez por ser para elle a lingua mais facil, depois da sueca sua natural, e manda-lo distribuir juntamente com o parecer que esta Sociedade pronunciar ácerca da utilidade da instituição que elle se propõe por elle affiançada.

A Sociedade pois não deve considerar no trabalho do Sr. Taube nem o estilo, nem a linguagem, nem o methodo, nem a novidade, e amplitude dos principios, nem a erudição; mas sim sómente a verdade ou falsidade das asserções n'ella exaradas, e pronunciar seu juizo sobre ellas, assim como sobre o objecto a que dizem respeito.

Fallando o Sr. Taube das vantagens physicas dos exercicios gymnasticos diz: que estes desenvolvem gradualmente a força muscular, augmentão a energia de todas as funcções do corpo humano, regulão nas crianças o incremento dos differentes orgãos, e mantem a sua acção em hum justo equilibrio: que augmentando a força dos musculos e dos nervos, elles tendem a dar lhes huma flexibilidade pela qual o menino torna-se

capaz de executar com força, dextereza e agilidade todos os movimentos de que o seu corpo he susceptivel: que a puericia he hum estado de continuo movimento, que se não pode fazer cessar ou interromper se não á custa da saude, e que os bancos, em que nas escolas ella se acha ordinariamente confinada, são huma violencia feita á natureza; e que assim os exercicios gymnasticos offerecem meios poderosos de remediar e prevenir os effeitos da vida sedentaria a que os meninos são muito sujeitos nas grandes cidades.

Fallando dos effeitos moraes, diz: que os orgãos do pensamento, e os membros a elles subordinados tem huma connexão tão intima com o intellecto que do bom estado de hum deve resultar o livre, e inteiro exercicio das funcções do outro: que os exercicios gymnasticos conferem ao homem hum brio, coragem, e energia mui elevada; pois promovem a sua confiança na força que a providencia depara a cada individuo para sua conservação; e que assim o tornão habil, em caso de necessidade, a fazer uso da sua força, e emprega-la para a conservação dos outros.

O Author não podia ser mais resumido nesta materia, na qual muito havia a dizer; e omittio muitos detalhes, e desenvolvimentos que poderião ter sido uteis para o alcance de seus fins, e melhor confecção da obra; mas de cuja ommissão não nos compete fazer-lhe censura, attendida a natureza, e fins do seu escripto.

O Author assevera que em differentes partes do mundo, entre as nações mais classicas, os exerci-

cios gymnasticos tem sido adoptados, animados, e muito proveitosos, e como taes julgados necessarios pelos Medicos. A este respeito cita a authoridade do Dr. James Johnston, author de hum Tractado sobre a sensibilidade morbosa do estomago, e dos intestinos: affiança que no seo estabelecimento estes exercicios serão ensinados, e practicados methodicamente; e logo falla nos bens effeitos do exércicio da roldana para as crianças gibbosas, e as que são affectadas dos tumores ou nodosidades que sobrevem nas pernas das crianças, as quaes na Inglaterra, aonde são mui frequentes, tem o nome de *Rickets.* Esta invenção, deve-se como diz o author ao Dr. Tronchin, o qual observou que os camponezes habituados a tirar agoa dos poços não só tinhão geralmente hum bem porte, como tambem pouco a pouco ficavão, pelo exercicio na sua occupação, sem os deffeitos quo tinhão.

Acaba o Author declarando que vai abrir huma subscripção para o seu estabelecimento convidando os amigos da mocidade a subscreverem, e a hirem vêr, e examinar o seu methodo de ensino.

No fim do seu escripto apresenta o author varias attestações de Medicos da America do Norte, e pareceres dos mesmos a favor de sua pericia e moralidade, e acerca da utilidade dos exercicios que se propõe ensinar.

O Sr. Taube colheo os conhecimentos que possue nesta materia, nos Estados Unidos da America do Norte, aonde tambem exerceo o cargo de Mestre em hum collegio gymnastico de New-Yorch como se de-

prehende de varias correspondencias cujos originaes me confiou.

O Sr. Taube he Sueco, e existe já desde algum tempo neste paiz ligado a elle, e aos interesses do mesmo por laços de familia, que prendem o seu affecto, e a sua liberdade a huma Orphã Brasileira, e pobre, tirada do Recolhimento da Santa Casa, com que elle casou quando, tendo entrado no serviço nacional, como Capitão do Exercito, contava sobre os meios com que podesse sustentar sua familia. Desempregado agora, e sem meios, em virtude da Lei geral de 24 de Novembro de 1830; e detido neste paiz pelos ditos laços, procura, pelo estabelecimento que pretende fundar do modo acima indicado, hum honesto meio de subsistencia, pondo em uso os conhecimentos que possue na gymnastica. Esta circumstancia, ainda que puramente individual, e extranha á sciencia, e aos interesses geraes da Nação, e da humanidade de que nos occupamos, não deixa de o recomendar aos nossos corações.

A Sociedade sem garantir, a perfectilidade do methodo que o Sr. Taube se propõe empregar, e que elle não expende, pode emittir o seu parecer em geral acerca da utilidade dos estabelecimentos gymnasticos, e affiançar que quanto o Sr. Taube assevera no seu escripto, sobre esta utilidade he huma verdade reconhecida por todos os Medicos, e escriptores illustrados; pois o fim desta declaração não he somente beneficiar hum individuo que os estabelece, mas a população no meio da qual o estabelecimento vai ser erigido; por isso que as van-

tagens que este pode produzir podem ser grandes, e geraes, e são incontestaveis, e certas quando os exercicios sejão nelle practicados com methodo, e debaixo dos preceitos da hygiene.

Trata-se neste caso, não de favorecer a instituição de hum simples estabelecimento particular, mas a de hum estabelecimento publico cujas vantagens poderáõ ser aproveitadas por muitas pessoas, e principalmente pela classe mais debil, e enferma da população; estabelecimento que até poderá influir sobre a conservação da saude dos que o não forem, e sobre o melhoramento da constituição individual da nossa mocidade; desenvolvendo melhor seus orgãos, e a sua força para melhor deffender e servir a patria, quer como Soldados, quer como Cidadãos, e artifices. As duvidas, desconfianças, calumnias, as intrigas que quasi sempre impedem, ou atrazão as melhores instituições, poderáõ paralizar a que o Sr. Taube se propõe; e he justo, e conveniente que a ignorancia não tenha pretextos para desacredita-la, e que o publico, incapaz de julgar da sua utilidade de per si, possa descançar sobre a opinião de quem possue os conhecimentos necessarios para julgar nesta materia. He pois á Medicina, e aos que a professão, e a huma corporação medica como a nossa que cumpre passar esta fiança, e fazer esta declaração.

Os Medicos mais distinctos por seu saber tem abonado a gymnastica em todos os tempos e em todas as partes do mundo instruido: a ella muitos povos deverão a sua força, saude, gloria, prosperidade;

e sempre decahirão aquelles em que deixou de ter o apreço, e a justa applicação que antes tinha. Esparta deve a sua decadencia ao esquecimento e desprezo das leis de Lycurgo que muito recommendavão, exigião e promovião os exercicios corporaes que fazem o objecto da gymnastica: os mais povos da Grecia, e os mesmos Romanos ao abandono, ou má applicação d'ella deverão tambem a sua. Sem fallarmos dos Egypcios, que tambem conhecerão e practicarão a gymnastica, e a ella deverão grande parte da gloria com que espantão o mundo por suas obras colossaes, que inculcão huma geração de atletas; a superioridade que os povos Hellenicos tiverão sobre todos os outros na antiguidade; as muitas victorias e prodigios de valor com que se assignalarão; os deverão á influencia que os celebres jogos olympicos tinhão exercido sobre o caracter d'elles, desenvolvendo hum espirito de heroismo, e huma força individual que fazia avultar a somma da força publica, e a tornava apta a triumphar, e resistir em massa, como ella o era em fracções.

Se a gymnastica não desenvolveo, nem beneficiou directamente o intellecto desses povos, no tempo em que ella era mais estimada, e posta em practica; influia indirectamente sobre a immaginação, e acendia o estro de hum Pindaro, cuja lyra, incitando, e elevando os corações a actos gloriosos, e os animos a sublimes idéas, preparava a civilisação dos seculos de Socrates, de Platão e Aristoteles, a gloria e as conquistas com que a Grecia depois se distinguio, formando huma nação de homens perfeitos, e robustos em que os orgãos cerebraes destinados ao exercicio de

altas funcções, não ficassem influenciados pela hebetude dos mais orgãos definhados, e podessem exerce-las com maior firmeza e acerto. As idéas, e o caracter moral, e politico de povos bem conformados que passavão a cultivar o seu espirito, devião forçosamente ser energicos e sãos como os corpos de que sahião; muito mais que a de outros em que a enfermidade geral dos mais orgãos influisse sobre a energia do cerebro, e os voos da intelligencia. Assim não he de estranhar que povos os quaes pouco antes não erão senão robustos atletas, passassem, logo que se aplicarão ás sciencias, a serem robustos, e mui sublimes pensadores, e tanto se distinguissem depois nas luctas, victorias e conquistas do espirito como antes nas do corpo. Esses sabios, esses genios, e artistas celebres, que tanto honrarão a Grecia, descendião d'essa progenie de heróes vigorosos e bem conformados.

Os atletas nunca se distinguirão, he verdade, pela elevação de suas faculdades intellectuaes; mas nunca tem sido pizados nem offendidos impunemente; e os povos em que a força, o brio, e a coragem tem predominado, sempre tem sido mais difficeis, de conquistar: elles tem-se feito respeitar mais do que os outros; e quasi sempre acabarão por vencelos: tal tem sido sobre os Romanos, já corrompidos pelo luxo, a vantagem desses Germanos, e desses Gallos que Tacito nos representa em hum continuo exercicio de saltos, danças, e luctas entre lanças e espadas, mergulhando-se no Danubio e no Rheno; e tal a dos Sycambros e dos Salianos sobre os Godos, e

os Vandalos, amollecidos pelos prazeres e doçura dos climas meridionaes para onde se tinhão passado.

A força corporal, quando não he positivamente bruta, e acha-se combinada com hum desenvolvimento moderado das faculdades intellectuaes, he muito mais propria para conservar, e fazer brilhar huma nação, do que essa vivacidade e elevação meramente espiritual, e sem base, que só abre os olhos aos povos para conhecerem seus direitos, mas que lhes não dá meios, nem vigor para os fazer valer, e sustenta-los, e que os leva á final a serem victimas dos mais fortes, menos enthusiasmados, e menos cultos. Huma nação de atletas, dirigida por poucos e mediocres sabios, prosperará, e conservará mais sua liberdade e independencia do que outra qualquer, composta unicamente, ou em grande parte, de sabios definhados, e imbeceis, cuja energia não passe além da ponta da sua lingua, e da sua penna.

A gymnastica, que tem por fito desenvolver esta força pode pois exercer huma grande influencia sobre o caracter, a gloria, e prosperidade de huma nação, e não só ella he capaz de a beneficiar debaixo de hum ponto de vista hygienico, como tambem social, e politico. » Os antigos, diz Rostan em hum seu artigo inserido no Diccionario das sciencias Medicas, tinhão sentido toda a importancia da sua influencia, e entre elles foi elevada a hum alto grão de perfeição e de gloria. Todos conhecem os jogos olympicos em que até as honras da apotheose estavão reservadas aos athletas vencedores; os antigos legisladores, fazendo florecer os costumes, tinhão por objecto desenvolver

as forças, entreter a saude e formar deffensores para a patria: com o andar dos tempos a gymnastica degenerou do seu nobre destino; ella não foi mais entre os Romanos se não o objecto de huma barbara curiosidade; ella acabou por cahir completamente em dessuso. As vantagens sem numero, que ella produz, a deverião ter preservado d'esta desgraça. N'estes ultimos tempos alguns bons espiritos se esforçarão de a repôrem em vigor, e todo amigo da humanidade deve fazer votos para o seu successo. »

Assim se exprime hum dos escriptores mais modernos, e a par d'elles muitos se podem citar tanto nos nossos tempos, como em todas as épocas, que mais ou menos tecerão hum justo elogio aos exercicios gymnasticos; exercicios que não só tem huma grande influencia no espirito politico dos povos, como tambem na *euexia* e saude d'elles; e constituem verdadeiramente huma parte da Medicina á qual estão intimamente ligados desde a origem da sua invenção. A gymnastica, e os estabelecimentos a ella destinados, erão considerados pelos antigos debaixo da protecção de Apolo, Deos da Medicina, ao qual estavão dedicados; e os directores d'essas escolas tinhão o titulo de Medicos e como taes erão considerados em toda a parte. A Esculapio filho de Apollo attribuia se a primeira invenção d'esta arte de fortalecer, e sanar os homens por meio do exercicio; e o primeiro, e mais celebre preceptor de gymnastica na historia verdadeira da antiguidade he o mestre do pai da Medicina, Herodico de Selivrea, que, sendo de huma constituição valetudinaria, attacado de huma molestia julgada incu-

ravel, livrou-se d'ella, e restabeleceo se no maior vigor de saude, por meio dos exercicios corporaes, cuja utilidade, experimentada em si, fez depois experimentar aos outros, estabelecendo huma escola de palestra, em que os taes exercicios erão practicados d baixo da sua direcção; levando o enthusiasmo para elles ao excesso, até fazer partir seus doentes de Athenas para Eleusis, passando por Megara, e de lá voltar sem descanço nem alimento; trajecto que corresponde a 24 legoas; de maneira que o mesmo Hippocrates seu discipulo, dotado do espirito justo e penetrante que lhe era proprio, o censura por este excesso.

Depois de Herodico o mais celebre mestre de gymnastica tem sido Icco de Tarento; o qual estabeleceo huma Academia de taes exercicios sobre o modelo da qual depois muitas outras forão estabelecidas; e a arte de curar, sahindo dos templos, aonde o monopolio sacerdotal a tinha restringido, foi refugiar-se nos gymnasios, aonde tres classes de officiaes forão destinados á administração e direcção d'estes exercicios salutares, isto he: os *gymnasiarchas* ou *palestrophylaces*, encarregados do regimen dos neophytos, os *gymnastes*, ou inspectores, encarregados da cura dos enfermos, e os *aliptas* chamados depois *jatraliptas* que curavão as chagas, sobrevindas aos alumnos e fazião as sangrias, e outras pequenas operações, como se deprehende dos escriptos de Platão. Tal era a confiança que os antigos tinhão nos exercicios gymnasticos que jámais curativo algum se emprehendia sem que estes tivessem n'ello huma parte dos meios acon-

selhados. Assim Celso nunca acaba huma secção sem recommendar o meio gymnastico que convém á especie das lesões de que trata. Galeno no seu livro da dieta, no da conservação da saude e no escripto a Trasybulo, cita como partidistas da gymnastica Diocles Praxagoras, Philotimo, Eratistrato, Herophylo e Theon. Elle mesmo trouxe n'esta arte alguns melhoramentos.

Ætius, Oribasio, Mercurial, Sanctorio, Fabricio Hildano, Sthal, Baglivi, Plempio, Jonhston, Sydenham, Fuller, Boherrhaave, e Vanswieten os empregarão com successo; e entre elles Mercurial, e Fuller escreverão mui doutos tractados *ex professo* sobre o methodo de os administrar. As estampas da obra de Mercurial admirão ainda no dia de hoje pelo natural, e bondade do desenho, ainda que feitas na infancia da arte: ellas dão a idéa de meios mui bons, descuidados até nos nossos dias. Mr. Simon de Strasburgo escreveo tambem em 1776 hum tractado fazendo sentir a necessidade e a utilidade da Gymnastica; mas á pezar de seus escriptos e de outros, a Europa ficou sempre sem gymnasios depois da invasão dos barbaros. Em 1780 M. Tissot, Cirurgião Major da cavallaria ligeira, publicou em França hum tractado sobre a Gymnastica Medico-Cirurgica; Gutsmulths e Saltzmann em Saxonia, Pestalozzi em Iverdun, Fellemberg em Hofwil, Amoros em Madrid, Clias em Berna e Lond na Inglaterra fizerão o mesmo. Os tractados destes ultimos são muito conceituados; e sobre o do proffessor de Berna existe hum relatorio, a elle annexo, feito á Academia de Medicina de Paris pelo Dr. Bally, que nada deixa a desejar nesta materia

e ao qual remeto os desejosos de maiores detalhes, assim como á elegante disertação de M. Baillot sobre a Gymnastica em geral que precede no mesmo livro este relatorio. O elogio da Gymnastica não pode ser traçado por melhor penna, nem levado a maior gráo. A estes tractados merecem ser addidos com algum conceito o da *Gymnastica da Mocidade*, publicado em 1803 por *Amar Durivier*, e *Jaffret*, assim como o *Ensaio geral da educação physica moral e intellectual*, publicado em 1808 por M. Julien em que tambem se fallá com louvor, e com alguns detalhes a respeito dos exercicios gymnasticos.

As vantagens pois da gymnastica não são problematicas á face da Medicina; ellas são attestadas pela historia, e affiançadas pela sciencia; nada ha mais reconhecido, e provado do que ellas. Á opinião favoravel dos Medicos de todos os paizes, e de todos os seculos podemos francamente addicionar a nossa, e favorecer com ella a instituição de hum estabelecimento a ella destinado, tal como o que se propõe o Sr. Taube.

Se deste modo concorrermos para a sua realisação não só poderemos fazer hum serviço á humanidade pelos beneficios que a gymnastica pode trazer para o melhoramento da saude dos individuos della necessitados, como tambem ao paiz, ao qual dará huma população mais vigorosa, e mais apta a deffende-lo, quando o amor, e a practica destes exercicios se propaguem, e tornem geraes pela evidencia de suas vantagens. Em hum paiz como este, no meio de huma profusão de meios que a natureza for-

nece para o sustento do homem, abatido pela froxidão dos tecidos, produzida pelo calor, e humidade do clima; bom he que a actividade, e os exercicios não deixem ao mesmo imitar os bradypos atrepados na *Cercropia peltata* até se lhe acabar a folhagem, e depois cahirem de inedia; e bom he que a molleza, e a inercia não o tornem inutil á Sociedade. A tendencia que o systhema lymphatico, e glandular tem a predominar sobre o muscular, he neste paiz larga fonte de muitas molestias fataes, ao mesmo tempo que o excesso da exaltação cerebral traz á patria tantos abalos, e desgraças que ella tem de chorar; a influencia da gymnastica pode produzir huma mudança mui salutar, desenvolvendo a força, á actividade, e restabelecendo o equilibrio dos systhemas organicos, e do incitamento dos seus orgãos pelos effeitos a que ella dá lugar sobre systhemas, e orgãos mui differentes; fazendo cessar a preguiça, as enfermidades, e a mania politica que infelizmente nos perdem, e hão perder-se quanto antes ellas não forem atalhadas.

TYP. IMP. E CONST. DE SEIGNOT-PLANCHER E COMP.